

Poradnik na temat gorączki

Porady dla rodziców i opiekunów dzieci poniżej 5 roku życia

December 2016
Kent, Surrey & Sussex
Version

South East Clinical
Children and Young People

Patient
Safety
Collaborative

Imię i nazwisko dziecka

Wiek Data / godzina udzielenia porady

Dalsze zalecenia / Kontrola

Imię i nazwisko pracownika

Podpis pracownika

Jak się czuje twoje dziecko? (porada oparta na systemie sygnalizacji świetlnej)



Czerwone światło

Jeśli dziecko:

- trudno jest dziecko obudzić
- jest blade i wiotkie
- ma trudności z oddychaniem
- ma atak drgawek, jest niespokojne i drażliwe przy dotyku
- ma wysypkę, która nie blednie przy ucisku (zobacz „test szklanki” na odwrocie)
- ma poniżej 3 miesięcy i gorączkuje z niewiadomych powodów
- ma zimne stopy i ręce oraz ma plamy na skórze
- od >18 godz. nie oddawało moczu lub pieluszki nie są mokre

Potrzebujesz pilnej pomocy

Zatelefonuj pod 999 lub też zgłoś się do najbliższego oddziału pogotowia ratunkowego (A&E)



Żółte światło

Jeśli dziecko:

- wykazuje pogorszenie stanu zdrowia lub martwisz się o nie
- wydaje się odwodnione, tj. ma suche usta, zapadnięte oczy, nie łzawi, ma zapadnięte ciemiączko (miękka część głowy niemowlaka) jest senne lub oddaje mniej moczu niż normalnie
- nie odczuwa różnicy po podaniu paracetamolu lub ibuprofenu
- ma od 3 do 6 miesięcy i gorączkuje

Należy dzisiaj skontaktować się z lekarzem lub pielęgniarką

Zatelefonuj do swojej przychodni lub do NHS 111 - numer tel. 111



Zielone światło

- Jeśli żadne z powyższych objawów nie występują, to większości dzieci, które mają gorączkę można zapewniać bezpieczną opiekę w domu.

Samodzielna opieka

Korzystając z porad na odwrocie możesz zapewnić dziecku w domu opiekę, której potrzebuje

Przydatne numery telefonu (możesz tu dodać inne numery telefonów)



Przychodnia ogólna (GP Surgery)
(zapisz tutaj numer)

NHS 111

Numer tel. 111

(Czynne codziennie przez całą dobę)

Pielęgniarka szkolna / Zespół opieki środowiskowej
(zapisz tutaj numer)

Porady przez internet: NHS Choices www.nhs.uk (czynne codziennie przez całą dobę)

Informacje dla rodzin (Family Information Service): we wszystkich rejonach władze lokalne oferują dostęp do pomocnych informacji przez internet

Jeśli potrzebujesz pomocy językowej lub tłumaczenia, prosimy poinformować o tym pracownika, z którym rozmawiasz.

Jeśli chcesz przekazać informacje zwrotne lub poprosić o dalsze informacje, włącznie z zamówieniem dodatkowych kopii tej publikacji (prosimy podać nr referencyjny F1) wyślij email do skrzynki South East Clinical Networks area (Kent, Surrey i Sussex). Korespondencję prosimy kierować na email: CWSCCG.cypSECpathways@nhs.net

Poradnik na temat gorączki

Porady dla rodziców i opiekunów dzieci
poniżej 5 roku życia

December 2016
Kent, Surrey & Sussex
Version

South East Clinical
Children and Young

Patient
Safety
Collaborative

Większość dzieci cierpiących na gorączkę szybko wraca do zdrowia, ale stan niektórych może się pogorszyć. Należy sprawdzać stan dziecka regularnie w dzień jak i w nocy i stosować się do poniższych zaleceń.

Jak praktycznie pomóc dziecku

- **Sprawdzaj stan dziecka w nocy, żeby zobaczyć, czy nastąpiła poprawa (postępuj zgodnie z poradami opartymi na systemie sygnalizacji świetlnej na odwrocie).**
- Jeśli pojawi się wysypka, wykonaj „test szklanki” (patrz wskazówki poniżej).
- Jeśli obawiasz się, że stan dziecka nie poprawia się, postępuj zgodnie z poradami na pierwszej stronie.
- Dzieci z gorączką nie należy ubierać za cienko ani za grubo.
- **Regularnie podawaj dziecku płyny do picia (w przypadku dzieci karmionych piersią, najodpowiedniejsze jest mleko matki).**
- Jeśli dziecku mają być podane rutynowe szczepienia, należy porozmawiać z pielęgniarką środowiskową, pielęgniarką z przychodni lub lekarzem, gdyż być może nie będzie trzeba opóźnić podania szczepionki
- Jeśli w przypadku złego samopoczucia i gorączki dziecko nie powinno chodzić do przedszkola lub szkoły, powiadom przedszkole lub szkołę o stanie dziecka – w razie wątpliwości, poproś o poradę pielęgniarkę środowiskową, pielęgniarkę z przychodni lub lekarza.

Podawanie leków

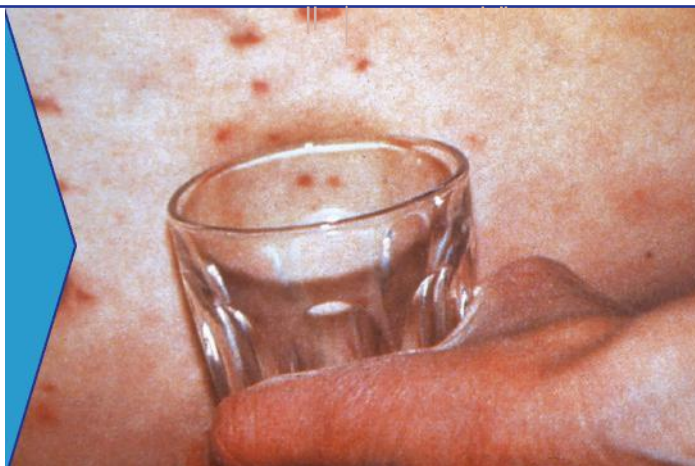
- Jeśli dziecko jest bardzo rozdrażnione lub bardzo źle się czuje, można podać leki (paracetamol lub ibuprofen), które pomogą mu poczuć się lepiej, jednak nie jest to konieczne w każdym przypadku.
- Nie podawaj obydwu leków (paracetamol i ibuprofen) w tym samym czasie. Podaj jeden lek, a jeśli dziecko nie poczuje się lepiej po 2-3 godzinach, spróbuj podać drugi lek.
- **Przeczytaj najpierw instrukcje na butelce z lekiem, aby sprawdzić dawkowanie i częstotliwość podawania.**
- Możesz też poprosić miejscowego farmaceutę o poradę na temat leków.
- **Aspiryny nie należy stosować u dzieci jako leku na ból lub gorączkę.**



Test szklanki

Wykonaj test z użyciem szklanki, jeśli dziecko ma wysypkę. Przyciśnij mocno szklankę do wysypki na skórze. Jeśli widzisz krosty przez szklankę i nie bledną one przy przyciskaniu skóry szklanką, to nazywamy to „nieblednącą wysypką”. Jeśli zauważysz taki typ wysypki, bezwzględnie zasięgnij porady medycznej. Wysypkę trudniej zauważyć na ciemnej skórze, więc sprawdź jaśniejsze części skóry, takie jak dłonie, podeszwy stóp czy brzuch.

(Fot. za zgodą the Meningitis Research Foundation 2013)



Opracowano na podstawie: Gorączka u dzieci: ocena i postępowanie wstępne u dzieci poniżej 5 roku życia. Wytyczna kliniczna NICE nr 47 z 2007 r. z uwzględnieniem wytycznej klinicznej NICE nr 160 z 2013 r. (maj 2013 r.)

Pierwsza wersja: maj 2011 r. • Kolejne wersje: listopad 2013 r., styczeń 2015 r. i maj 2015 r. • Data tej wersji odświeżonej: grudzień 2016 r. kolejna aktualizacja: grudzień 2018 r.